ВАША НОВАЯ СОВРЕМЕННАЯ КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Рекомендуемая цена: 59 руб. • 7.95 грн. • 180 тг.

Вкусно и легко

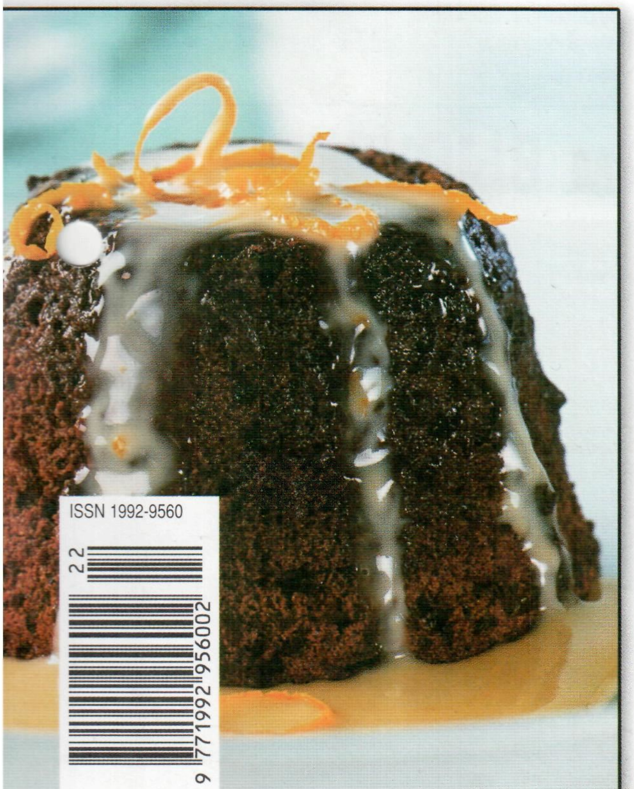
ВЫПУСК 22



Чудесные мини-пироги



Блюдо из крольчатины



ISSN 1992-9560

Шоколадные суфле



Изысканные рыбные «пальчики»

АППЕТИТНЫЕ БЛЮДА ДЛЯ РОДНЫХ И ДРУЗЕЙ

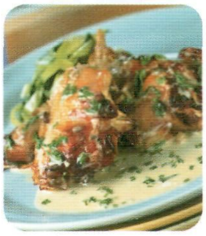


Вкусно и легко 22

Содержание

СУПЫ, ЗАКУСКИ И САЛАТЫ

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА



ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТЫ

ИСКУСНЫЙ ПОВАР

Как использовать шоколад

Шоколад как продукт известен в Европе уже более 500 лет. Предлагаем вам советы по выбору шоколада, его приготовлению и использованию для украшения. И, конечно, рецепты божественных шоколадных десертов!



МЕНЮ

Для зимнего обеда

- Мини-пироги с грибами
- Свинина с яблоками
- Шоколадные суфле

ПЛЮС планирование времени, советы и разнообразные сезонные рецепты



В 23-м ВЫПУСКЕ

- Нежная баранина под корочкой с чили
- Шоколадно-апельсиновое фондю
- Попробуйте воплотить в жизнь идеи по подготовке веселого детского праздника!



«Вкусно и легко» 22
Россия
Свидетельство о регистрации
Федеральной службы по надзору законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия Российской Федерации ФС77-27155 от 16.02.2007 г.
Учредитель и издатель:
ООО «ДжИ Фаббри Эдишинз»
Адрес издателя и редакции:
109147, г. Москва, ул. Воронцовская, д. 35б, корп. 2; офис 215;
тел.: (495) 911-61-08, **факс:** (495) 911-61-09
e-mail: fabbri@primaeditore.com
Главный редактор: Мартин Медрано

Распространение:
ЗАО «Издательский дом «Бурда»;
тел. (095) 797-45-60.
Рекомендуемая цена: 59 руб.
Украина
Свидетельство о регистрации печатного средства массовой информации
Министерством юстиции Украины КВ № 12237-1121Р от 24.01.2007 г.
Учредитель и издатель:
ООО «Джі I Фаббрі Едішенз»
Адрес издателя и редакции:
01030, г. Киев, ул. Б. Хмельницкого, 30/10, оф. 21;
тел./факс: (044) 239-73-04
e-mail: dane@primaeditore.com

Адрес для писем:
01054, г. Киев, а/я 84
Главный редактор: Андрей Сапожников
Рекомендуемая цена: 7.95 грн.
Казахстан
Распространение:
ЗАО «Бурда Алатау Пресс», Алматы;
тел.: (107-7273) 79-24-37.
Рекомендуема цена: 180 тг.
Республика Беларусь
Импортер и дистрибьютор в РБ
УП «РЭМ-ИНФО», 220037, РБ, г. Минск, переулок Козлова, Д. 7Г; тел. (017) 297-92-75.
Отпечатано в типографии «ЮниВест Принт» (г. Киев, ул. Дмитриевская, 44б)
Тираж: 20.000 экз.

Курятина в пряном соусе на хрустящих тостах

Чуть кисловатый цитрусовый маринад оттенит вкус не только курицы, но и свинины гриль, шашлыка и люля-кебаба

НА 6 ПЕРСОН

Время подготовки: 20 мин. + маринование
Время приготовления: 15 мин. + время для варки грудок
Кол-во калорий – 340 в порции
Жир – 9 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 отварные куриные грудки без кожи и костей (нарезать ломтиками)
1 небольшая буханка пшеничного хлеба
немного растительного масла
2 мелкорубленых стебля зеленого лука
листья салата для украшения

ДЛЯ МАРИНАДА:

2 ст. л. растительного масла
1 мелкорубленая луковица
2 истолченных зубка чеснока
кусочек тертого свежего имбиря размером 2,5 см (при наличии)
3 ст. л. соевого соуса
1 ст. л. абрикосового джема
сок и измельченная на терке цедра 3 лаймов или лимонов
1 ст. л. сахара (при желании светло-коричневого)
1 ч. л. молотого кумина или порошка карри
2 ст. л. холодной воды



1 Для маринада. Нагрейте масло на сковороде и обжарьте, помешивая, лук с чесноком на слабом огне (10 мин.). Протрите через сито вместе с остальными ингредиентами для маринада и отставьте остывать.

2 Положите в маринад куриные грудки на 30 мин. Приправьте. Разогрейте гриль.

3 Разрежьте буханку на 6 толстых ломтиков. Смажьте тонким слоем масла и подрумяньте слегка на гриле с обеих сторон. Разложите на ломтиках курицу в маринаде, посыпьте зеленым луком. Сверху украсьте листьями салата и сразу же подавайте.

Шампиньоны с чесноком

Жареные с чесноком шампиньоны запекают под хрустящей посыпкой



НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 10 мин.
Время приготовления: 15 мин.
Кол-во калорий – 135 в порции
Жир – 11 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

50 г сливочного масла
2 истолченных зубка чеснока
350 г мелких белых шампиньонов
4 ст. л. крошек свежего белого хлеба
1 ст. л. свежей рубленой или 1 ч. л. сушеной петрушки

1 Растопите масло на сковороде и обжарьте чеснок (30 сек.). Обжарьте, перемешивая, грибы. Приправьте по вкусу солью и перцем.

2 Раскалите гриль. Положите шампиньоны в 4 огнеупорные формочки. Смешайте хлебные крошки с петрушкой и посыпьте полученной смесью грибы. Подрумяньте под грилем и подавайте.

...или попробуйте так

Любители иной зелени могут заменить петрушку $^1/_2$ ч. л. сушеного тархуна или тимьяна. Другой вариант – сократить количество хлебных крошек до 3 ст. л. и добавить к ним 1 ст. л. измельченного на терке твердого сыра.

Фаршированные чашечки цукини

Закуска для вегетарианцев – цукини с сырной начинкой



НА 4–6 ПЕРСОН

Время подготовки: 25 мин.
Время приготовления: 30 мин.
Кол-во калорий – 105 в порции
Жир – 8 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

25 г сливочного масла + для смазывания
4 крупных цукини
25 г тертого твердого сыра с выраженным ароматом
25 г крошек свежего белого хлеба
1 ч. л. сушеного тимьяна или базилика
1 истолченный зубок чеснока

1 Разогрейте духовку до 190° С. Смажьте маслом блюдо для запекания. Срежьте с цукини кожуру полосками. Разрежьте на «бочонки» шириной 5 см.

2 Ложечкой удалите мякоть и отложите. Бланшируйте цукини в кипятке 2 мин. Слейте воду и разложите «бочонки» на блюде.

3 Отложенную мякоть измельчите на терке. Смешайте с большей частью сыра, хлебными крошками, тимьяном или базиликом и черным перцем по вкусу. Обжарьте чеснок на сливочном масле, но не до золотистого цвета (3 мин.) и подмешайте к начинке.

4 Начините цукини. Посыпьте оставшимся сыром. Запекайте 20–25 мин., чтобы сырная корочка подрумянилась. Подавайте в горячем виде.

как подавать

Дополните фаршированные цукини *пастой, политой томатным соусом* с тимьяном или базиликом, и у Вас получится полноценный вегетарианский обед.

Клецки с беконом и колбасой

НА 4–6 ПЕРСОН

Время подготовки: 20 мин. + замачивание
Время приготовления: 1 ч 15 мин.
Кол-во калорий – 470 в порции
Жир – 31 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 мягкие пшеничные булочки (нарезать мелкими кубиками)
50 г растопленного сливочного масла
200 мл молока
3 яйца (белки отделить от желтков)
1 ст. л. свежей рубленой или 1 ч. л. сушеной петрушки
щепотка мускатного ореха
2 ломтика копченого бекона с прослойками мяса (нарезать мелкими кубиками)
25 г копченой колбасы (нарезать мелкими кубиками)
крошки свежего белого хлеба при необходимости
сливочное масло для смазывания и жарения

1 Смешайте кубики булочек с маслом, молоком, желтками, приправьте петрушкой, мускатным орехом, солью и черным перцем по вкусу.

2 Обжарьте бекон с колбасой в собственном жире. Добавьте хлебную массу, размешайте и дайте постоять 30 мин. Разомните вилкой. Если масса получится жидковатой, добавьте хлебных крошек. Взбейте белки в плотную пену. Введите, перемешивая, в хлебную массу.

3 Смажьте сливочным маслом кухонное полотенце. Выложите хлебную массу в центр, сформуйте продолговатый брусок длиной 20 см. Загните поверх бруска продольные края полотенца, закрепите булавками. Свяжите концы ниткой и прикрепите к обоим концам деревянной ложки, которая будет служить ручкой.

4 Погрузите массу в полотенце в большую кастрюлю, наполовину наполненную кипящей подсоленной водой. Деревянная ложка-ручка должна лечь поперек верха кастрюли. Накройте фольгой и варите 1 ч. Выложите из жидкости и дайте немного остыть. Разверните полотенце и разрежьте массу на 16 ломтиков. Обжарьте на небольшом количестве сливочного масла до золотисто-коричневого цвета с обеих сторон. Подавайте сразу же.





Рыбные «пальчики» с соусом «Тартар»

Жареные во фритюре «пальчики» из трески посыпаны тертым сыром и дополнены пикантным соусом



НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 30 мин.
Время приготовления: 10 мин.
Кол-во калорий – 440 в порции
Жир – 28 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

450 г филе трески без кожи
2 ст. л. приправленной специями муки
1/2 ч. л. острой паприки
125 г крошек белого хлеба
25 г измельченного на терке твердого сыра
2 яйца
растительное масло для фритюра

ДЛЯ СОУСА «ТАРТАР»:

3 ст. л. некислой сметаны
3 ст. л. майонеза
1 ст. л. нарезанных каперсов
1/2 небольшого маринованного огурца (мелко порезать)
1 ст. л. свежей рубленой петрушки или укропа

1 Для соуса. Смешайте сметану, майонез, каперсы, нарезанный огурец и зелень. Приправьте солью и перцем, накройте и поставьте в холодильник до подачи.

2 Для рыбных «пальчиков». Нарежьте рыбное филе толстыми полосками. Смешайте муку с паприкой. Отдельно смешайте хлебные крошки с твердым сыром. В третьей пиале слегка взбейте яйца.

3 Обваляйте полоски рыбы в муке, обмакните в яйцо и запанируйте в хлебно-сырных крошках. Разложите на противне и поставьте в холодильник до жарения.

4 Наполните глубокую толстодонную кастрюлю наполовину маслом. Нагрейте его до 180° С: кубик белого хлеба обжарится в нем за 30 сек. Обжарьте во фритюре запанированные полоски рыбы до золотистого цвета (1–2 мин.). При необходимости жарьте партиями. Тщательно промокните жир на бумажных полотенцах. Разложите «пальчики» на подогретых тарелках, украсьте при желании и подавайте с соусом.

...или попробуйте так

Если вы сторонник здоровой и полезной пищи, поджарьте запанированные полоски рыбы под грилем (6–7 мин.), перевернув один раз, до золотистого цвета.

Суп из картофеля и моркови-карри

В холодный день так приятно отведать горячего, согревающего супчика!

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 20 мин.
Время приготовления: 55 мин.
Кол-во калорий – 210 в порции
Жир – 13 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

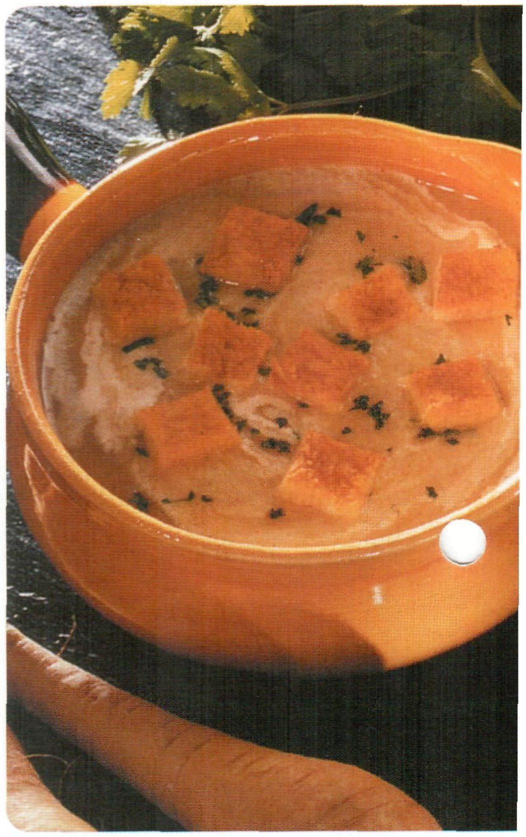
25 г сливочного масла
1 мелкорубленая луковица
4 нарезанные моркови
3 нарезанных клубня картофеля
$1^1/_2$ ч. л. порошка карри средней остроты
1 истолченный зубок чеснока
700 мл горячего овощного бульона
150 мл нежирных сливок
рубленая свежая петрушка для украшения (дополнительно)

1 Растопите сливочное масло в большой кастрюле на слабом огне. Обжарьте, помешивая, лук с морковью (5–7 мин.). Добавьте картофель и жарьте еще 3 мин.

2 Подмешайте карри и чеснок и жарьте овощи еще 2 мин. Влейте бульон, приправьте по вкусу и доведите до кипения. Уменьшите огонь, накройте и варите суп 35 мин., чтобы овощи стали мягкими. Протрите суп через крупноячеистое сито.

3 Перелейте обратно в кастрюлю и введите 100 г сливок. Разогрейте, помешивая, и попробуйте на вкус, чтобы понять, достаточно ли специй. Размешивая суп, влейте оставшиеся сливки тонкой струйкой. Посыпьте при желании петрушкой и подавайте в горячем виде.

совет мастера Предложите к супу крутоны. Смешайте 2 ст. л. растительного масла, ½ ч. л. порошка карри и пару капель лимонного сока. Отрежьте 2 толстых ломтика белого хлеба, нарежьте крупными кубиками, положите в заправку и аккуратно перемешайте. Разложите на противне и запекайте при 180° С 10 мин. (до золотистого цвета), перевернув крутоны в середине приготовления.



Сельдерей с апельсинами и орехами

Если у Вас нет времени для возни на кухне, прибегните к этому рецепту закуски

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 10 мин.
Время приготовления: 20 мин.
Кол-во калорий – 105 в порции
Жир – 10 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 апельсин
4 стебля сельдерея
25 г сливочного масла
25 г грецких орехов
1 ст. л. свежей рубленой петрушки (дополнительно)



1 Специальным ножом для цедры или ножом с маленьким острым лезвием, либо ножом для чистки картофеля срежьте с апельсина цедру тонкими полосками и нарежьте соломкой. Сельдерей нарежьте наискосок кусочками по 2,5 см.

2 Выдавите из апельсина 4 ст. л. сока. Переложите сельдерей в кастрюльку, влейте апельсиновый сок и доведите до кипения на среднем огне. Уменьшите огонь и тушите под крышкой 15 мин.

3 Отдельно растопите сливочное масло на маленькой сковороде. Обжарьте орехи (5 мин.). Подмешайте их с маслом к горячему сельдерею, посыпьте цедрой и при желании петрушкой. Подавайте в горячем или холодном виде.

совет мастера Сельдерей можно потушить заранее и разогреть перед подачей. А вот орехи лучше поджарить в последнюю минуту, чтобы они оставались хрустящими.

Бараньи отбивные во фруктовом соусе

Для воскресного обеда – бараньи отбивные в ароматной приправе



НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 10 мин. + маринование
Время приготовления: 20 мин.
Кол-во калорий – 355 в порции
Жир – 29 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

3 ст. л. растительного масла
1 истолченный зубок чеснока
соль и черный перец
4 бараньи отбивные
75 мл бараньего или говяжьего бульона
1 ст. л. абрикосового джема
3 помидора (нарезать крупными кусочками)
100 г шампиньонов (разрезать на 4 части)

1 Смешайте масло, чеснок, соль и перец по вкусу. Положите в маринад отбивные, накройте и оставьте мариноваться на 1–2 ч при комнатной температуре (или поместите на ночь в холодильник, но не готовьте мясо холодным).

2 Разогрейте духовку до 200° С. Разогрейте большую сковороду на умеренном огне. Положите отбивные и жарьте 4 мин. с обеих сторон. Переложите мясо в большую огнеупорную форму и поместите в духовку на 10–15 мин.

3 Налейте на сковороду бульон, добавьте джем. Размешивая, растворите джем в закипающем бульоне. После закипания варите соус 2–3 мин., не размешивая, до сиропообразной консистенции. Положите в соус помидоры и грибы, потушите 3 мин. Полейте мясо приправой и подавайте.

как подавать

Жареный до хрустящей корочки картофель и сезонные зеленые овощи, например стручковая фасоль, – отличный гарнир к отбивным из баранины.

Зеленая фасоль с помидорами



НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 10 мин.
Время приготовления: 10 мин.
Кол-во калорий – 95 в порции
Жир – 9 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

225 г зеленой стручковой фасоли
3 помидора
40 г сливочного масла
2 ч. л. сушеного орегано
соль и черный перец
1 ст. л. свежей рубленой петрушки (при наличии)

1 Вскипятите подсоленную воду в большой кастрюле. Опустите в кипяток фасоль и варите 2 мин. Откиньте бобовые на дуршлаг и обдайте холодной проточной водой для сохранения их цвета.

2 Нарежьте помидоры толстыми кружочками. Разогрейте половину масла на большой сковороде. Положите кружочки помидоров, посыпьте орегано, приправьте солью и перцем по вкусу. Потушите 4–5 мин. под крышкой на среднем огне.

3 Растопите оставшуюся половину масла. Положите отварную фасоль и жарьте 3 мин. на среднем огне, периодически встряхивая сковороду. Посыпьте по желанию петрушкой и приправьте по вкусу. Добавьте к фасоли помидоры и осторожно перемешайте. Переложите на подогретое блюдо и подавайте кушанье горячим.

Курятина в перце

Ароматные соблазнительные кусочки курицы так и дразнят аппетит!

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 15 мин. + маринование
Время приготовления: 50 мин.
Кол-во калорий – 335 в порции
Жир – 13 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порционных кусочка курицы
2 ч. л. сахара (при желании светло-коричневого)
2 ч. л. перца горошком
2 зубка чеснока
50 мл томатной пасты
½ – 1 ч. л. острого соуса чили
1 ст. л. соевого соуса
1 ст. л. уксуса
1 ст. л. горчицы
отварной рис при подаче

1 Сделайте несколько косых надрезов в курятине. Посыпьте половиной сахара. Истолките горошины перца и чеснок. Перемешайте с томатной пастой, соусом чили по вкусу, соевым соусом, уксусом, горчицей и оставшимся сахаром.

2 Разложите курятину в большом огнеупорном блюде, залейте маринадом и перемешайте. Накройте и поставьте мариноваться в холодильник на 2–3 ч.



3 Разогрейте духовку до 190° С. Переверните куски курицы еще раз в маринаде, накройте фольгой и запекайте 35–40 мин. Удалите фольгу и запекайте еще 8–10 мин., пока курица не покроется золотистой корочкой. Подавайте в горячем виде с рисом.

совет мастера
Перченую курицу можно поджарить на мангале – сбрызните маринованные куски немного растительным маслом, положите на решетку и обжарьте на горячих углях до готовности (10–15 мин.).

Скумбрия с соусом из ревеня

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 10 мин.
Время приготовления: 35 мин.
Кол-во калорий – 590 в порции
Жир – 43 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

4 выпотрошенные тушки скумбрии (каждая по 350 г)
соль и черный перец
дольки лимона для украшения

ДЛЯ СОУСА ИЗ РЕВЕНЯ:

25 г сливочного масла
500 г ревеня (нарезать кусочками по 4 см)
1 ч. л. воды
2–3 ст. л. сахара
крупная щепотка молотой корицы
1 желток (взбить)

1 Для соуса. Растопите сливочное масло. Положите ревень (отложите 4 кусочка), влейте воду и тушите под крышкой 20 мин., периодически перемешивая. Разотрите тушеный ревень деревянной ложкой в пюре.

2 Разогрейте гриль. Выстелите решетку гриля фольгой. Приправьте рыбу изнутри солью и перцем. Разложите на решетке. Жарьте под грилем 15 мин., перевернув один раз, пока мякоть не потеряет прозрачность и не станет легко разламываться на кусочки при надавливании ножом.

3 Завершите приготовление соуса. Добавьте в пюре из ревеня по вкусу сахар и корицу. Нарежьте отложенные кусочки ревеня соломкой и положите в соус. Разогрейте и доведите почти до кипения. Подмешайте желток. Как только соус загустеет, сразу же снимите с огня: если он закипит, желток свернется.

4 Переложите рыбу на подогретое блюдо и полейте немного соусом. Украсьте дольками лимона и подавайте с оставшимся соусом в подогретом соуснике.



Острые фрикадельки с тыквой на пасте

Для этого блюда можно использовать любой сорт тыквы или кабачков, поскольку время тепловой обработки тыквенных примерно одинаковое



НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 25 мин.
Время приготовления: 50 мин.
Кол-во калорий – 495 в порции
Жир – 30 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

6 ст. л. растительного масла
2 мелкорубленые луковицы
2 ч. л. молотого кумина или порошка карри
½ ч. л. душистого перца или корицы
щепотка острой паприки
450 г бараньего или говяжьего фарша
2 ст. л. свежей рубленой петрушки + для украшения (при наличии)
2 ст. л. муки
2 истолченных зубка чеснока
1 красный сладкий перец (разрезать, удалить семена и нарезать)
1 красный перец чили (удалить семена и мелко нарезать)
½ ч. л. сушеного тимьяна
900 г тыквы или кабачков (нарезать небольшими кусочками)
отварные макароны при подаче

1 Нагрейте 1 ст. л. растительного масла на сковороде и обжарьте половину лука (3–4 мин.). Подмешайте пряности и жарьте еще 1 мин., снимите с огня и дайте остыть. Положите в миску мясной фарш, петрушку и жареный лук с пряностями. Приправьте по вкусу и вымесите.

2 Насыпьте на тарелку муку. Скатайте из фарша небольшие шарики и обваляйте в муке.

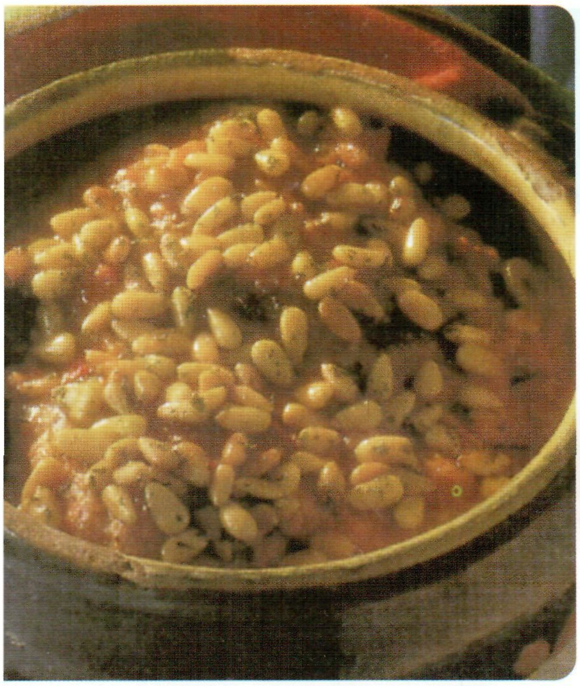
3 Нагрейте 3 ст. л. масла в большой глубокой сковороде. Жарьте фрикадельки 12–15 мин., периодически переворачивая, чтобы мясо хорошо прожарилось. Промокните лишний жир на бумажных полотенцах. Добавьте на сковороду оставшееся масло, положите оставшийся лук, чеснок, сладкий перец, чили и тимьян. Потушите 7–8 мин.

4 Добавьте тыкву или кабачки и тушите еще 15 мин., периодически перемешивая. Положите жареные фрикадельки и тушите еще 5 мин. Приправьте. Разложите макароны по 4 подогретым тарелкам. Сверху положите мясо с овощами в соусе, посыпьте петрушкой и подавайте.

как подавать

Жареные фрикадельки можно подать в пите. Разрежьте подогретые лепешки пополам, положите внутрь фрикадельки, добавьте порцию зеленого салата и несколько ложек йогурта или хуммуса.

Утка по-андалузски



НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 15 мин.
Время приготовления: 2 ч
Кол-во калорий – 540 в порции
Жир – 50 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порционных куска утки (лишний жир обрезать)
2 ст. л. растительного масла
1 рубленая луковица
2 истолченных зубка чеснока
2 ст. л. муки
225 мл куриного бульона
400 г консервированных помидоров
50 г оливок без косточек (нарезать колечками)
25 г сливочного масла
2 ст. л. свежей рубленой или
2 ч. л. сушеной петрушки
50 г кедровых орешков или миндаля

1 Разогрейте духовку до 180° С. Наколите куски утки вилкой. Нагрейте на большой сковороде 1 ст. л. масла. Положите утятину и жарьте 5 мин. до золотистой корочки. Переложите птицу в форму для запеканок, соки оставьте на сковороде.

2 Долейте на сковороду оставшееся масло и обжарьте лук с чесноком (2–3 мин.). Посыпьте мукой и пассеруйте 1 мин., постоянно размешивая. Порциями введите бульон и варите соус, помешивая, до загустения. Подмешайте помидоры и оливки. Приправьте и полейте соусом утку в форме.

3 Отдельно растопите сливочное масло на маленькой сковороде и обжарьте петрушку с кедровыми орешками или миндалем. Жарьте, размешивая, 3–5 мин. Полейте ореховым маслом утку с овощным соусом. Тушите под крышкой в духовке $1^1/_2$ – $1^3/_4$ ч, пока утятина не станет мягкой. Подавайте утку в форме.

Кролик в сметане с тархуном

Маринование позволяет не только сохранить сочность, но и обогатить вкус крольчатины

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 15 мин. + маринование
Время приготовления: 1 ч 15 мин.
Кол-во калорий – 445 в порции
Жир – 19 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

800 г кролика (снять кожу, разделать на куски)
2 ст. л. растительного масла
100 мл некислой сметаны
1 ст. л. свежей рубленой или
1 ч. л. сушеной петрушки
1 ст. л. свежего рубленого или
1 ч. л. сушеного тархуна

ДЛЯ МАРИНАДА:

350 мл яблочного сока
4 зубка чеснока (немного растолочь лезвием ножа зубки в кожице)
1 крупно нарезанная луковица
1 ст. л. чуть растолченных можжевеловых ягод (при наличии)
1 лавровый лист
несколько веточек петрушки (немного растолочь)
4 крупные веточки тархуна или
1 ст. л. сушеного тархуна

1 Перемешайте ингредиенты для маринада в большом неглубоком блюде. Положите куски кролика и несколько раз переверните, чтобы мясо хорошо напиталось приправой. Накройте и поставьте в холодильник не менее чем на 6 ч.

2 Разогрейте духовку до 170° С. Выложите мясо из маринада. Обсушите и приправьте по вкусу. Маринад сохраните. Нагрейте немного растительного масла в большой форме для запеканок. Обжарьте кролика партиями по 2–3 мин. с обеих сторон. Слейте лишнее масло и переложите крольчатину в блюдо с маринадом. Накройте и поставьте в духовку на 1 ч.

3 Достаньте кролика из духовки, выложите из формы. Соки процедите в небольшой сотейник. Уварите кипячением на треть. Взбивая, введите порциями сметану. Подмешайте зелень, приправьте и полейте кролика соусом.

Полоски лосося со вкусом цитрусов



НА 4–6 ПЕРСОН

Время подготовки: 15 мин.
Время приготовления: 2 мин.
Кол-во калорий – 350 в порции
Жир – 30 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г филе лосося
соль и черный перец
1 ст. л. лимонного сока
1 ст. л. растительного масла
50 г сливочного масла
измельченная на терке цедра ½ апельсина
измельченная на терке цедра ½ лимона
измельченная на терке цедра ½ лайма (или добавьте больше лимонной цедры)
3 ст. л. рубленого зеленого лука

1 Отделите кожу от рыбной мякоти. Для этого введите лезвие ножа между мякотью и кожей. Держа нож немного под углом, тяните кожу на себя, а нож двигайте в противоположную сторону до конца. Нарежьте мякоть рыбы полосками шириной 1 см. Приправьте солью, перцем и полейте лимонным соком.

2 Нагрейте масло на большой сковороде и обжарьте полоски рыбы на сильном огне, перевернув один раз (1 мин.).

3 Добавьте сливочное масло, цедру цитрусовых и зеленый лук. Жарьте 30 секунд, осторожно перемешивая. Подавайте сразу же.

как подавать

Подавайте с отварным картофелем и салатом, заправленным растительным маслом и лимонным либо лаймовым соком.

Рулет из баранины

НА 6 ПЕРСОН

Время подготовки: 20 мин.
Время приготовления: 1 ч 30 мин.
Кол-во калорий – 425 в порции
Жир – 32 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг бараньей вырезки без костей
3 ст. л. растительного масла
1 нарезанная кольцами луковица
225 мл воды
½ кубика говяжьего бульона
1 кубик куриного бульона
1 ч. л. соевого соуса
1 ст. л. томатной пасты

ДЛЯ НАЧИНКИ:

25 г сливочного масла
1 рубленая небольшая луковица
50 г крошек свежего белого хлеба
25 г мелкорубленых грецких орехов
измельченная цедра ½ лимона
1 ст. л. свежей рубленой или
1 ч. л. сушеной петрушки
1 ст. л. свежего рубленого или
½ ч. л. сушеного базилика
соль и черный перец
1 яйцо (взбить)

1 Разогрейте духовку до 200° С. Для начинки. Растопите масло и обжарьте лук. Смешайте его в емкости с хлебными крошками, орехами, цедрой и травами. Приправьте по вкусу. Вымесите начинку, добавив понемногу взбитое яйцо. Намажьте начинкой мясо, сверните в рулет и обвяжите ниткой.

2 Нагрейте масло в форме для запекания на плите. Подрумяньте рулет. Поместите в духовку примерно на 1 ч.

3 Для соуса. Положите в сотейник лук, влейте воду. Доведите до кипения и варите 5 мин. Слегка остудите и протрите лук через сито. Перелейте в сотейник и раскрошите в луковое пюре полтора бульонных кубика. Введите соевый соус и томатную пасту. Размешивая, доведите до кипения. Попробуйте, достаточно ли специй.

4 Достаньте мясо из духовки, накройте, дайте постоять 5 мин. Удалите нитку. Нарежьте рулет ломтиками и разложите на подогретом сервировочном блюде. Подавайте с соусом.

Кукуруза в соусе под «крышечкой»

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 30 мин. + охлаждение
Время приготовления: 45 мин.
Кол-во калорий – 750 в порции
Жир – 36 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

40 г сливочного масла
1 рубленая луковица
1 небольшой сладкий зеленый перец (удалить семена и нарезать кубиками)
25 г муки
300 мл молока
½ ч. л. смешанной сушеной зелени
500 г замороженных зерен кукурузы
100 г вареной ветчины (нарезать кубиками)
1 яйцо для смазывания (взбить)

ДЛЯ ТЕСТА:

175 г муки + для посыпки
75 г охлажденного сливочного масла (нарезать кубиками)
75 г твердого сыра с сильным ароматом (измельчить на терке)
2 ст. л. холодной воды

1 Растопите масло на слабом огне. Обжарьте лук (5 мин.). Введите сладкий перец и жарьте еще 2 мин. Посыпьте мукой и спассеруйте 1–2 мин. Снимите с огня и медленно влейте молоко, тщательно размешивая. Снова поставьте на огонь и варите, размешивая, до загустения. Добавьте сушеную зелень, кукурузу и ветчину. Потушите 3 мин. Приправьте и дайте остыть.

2 Для теста. Просейте муку с щепоткой соли. Разотрите со сливочным маслом в мелкие крошки. Введите сыр, влейте воду. Вымесите не очень тугое тесто. Оберните пищевой пленкой. Охлаждайте 30 мин.

3 Разогрейте духовку до 220° С. Раскатайте тесто на посыпанной мукой поверхности в круг чуть больший верхней части огнеупорной формы объемом 850 мл. Обрежьте по краю полоску теста и отложите.

4 Перелейте кукурузу в соусе в форму, собрав массу в виде горки. Смочите края формы водой, прилепите полоску теста. Смочите ее водой и положите сверху круг теста. Обрежьте тестяные излишки и скрепите края теста в форме. Смажьте изделие взбитым яйцом, сделайте в центре прокол. Поместите в духовку на 30 мин., пока «крышечка» не станет золотисто-коричневой. Подавайте в горячем виде.

совет мастера Из обрезков теста вырежьте декоративные фигурки. Аккуратно прилепите их на крышечку и смажьте всю поверхность яйцом.

Курица с овощами по-деревенски

Увеличивайте количество ингредиентов пропорционально количеству едоков

НА 5–6 ПЕРСОН

Время подготовки: 15 мин.
Время приготовления: 1 ч 20 мин.
Кол-во калорий – 320 в порции
Жир – 11 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

10 куриных бедрышек (без костей)
2 ст. л. приправленной специями муки
1 нарезанная кольцами луковица
2 ст. л. растительного масла
4 нарезанных черешка сельдерея
2 нарезанных кубиками картофелины
2–3 помидора (разрезать на 4 части)
2 ч. л. свежей рубленой или
1 ч. л. сушеной петрушки
½ ч. л. сушеного тимьяна
300 мл куриного бульона
2 ч. л. крахмала

1 Разогрейте духовку до 180° С. Обваляйте бедрышки в муке. Обжарьте лук на растительном масле (2–3 мин.). Переложите в форму для запекания. Обжарьте бедрышки в том же масле. Переложите в форму поверх лука. Сверху разложите сельдерей, картофель, помидоры. Посыпьте петрушкой и тимьяном.

2 Влейте бульон и приправьте. Накройте и поставьте в духовку на 45 мин.

Достаньте из духового шкафа. Разотрите крахмал в пасту с небольшим количеством воды, введите в форму. Снова поставьте в духовку и тушите под крышкой еще 10–15 мин. Подавайте в горячем виде.



Хрустящий десерт с шоколадом и клубникой

Печенье с клубникой и густым шоколадным соусом

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 15 мин. + охлаждение
Время приготовления: 5 мин.
Кол-во калорий – 400 в порции
Жир – 37 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

50 г сухого печенья
75 г клубники (удалить плодоножки и разрезать пополам) + полоски клубники для украшения
30 мл апельсинового сока
50 г шоколада (разломать на кусочки)
50 г сливочного масла
20 г сахарной пудры
1 крупное яйцо (отделить желток от белка)
125 мл взбитых жирных сливок

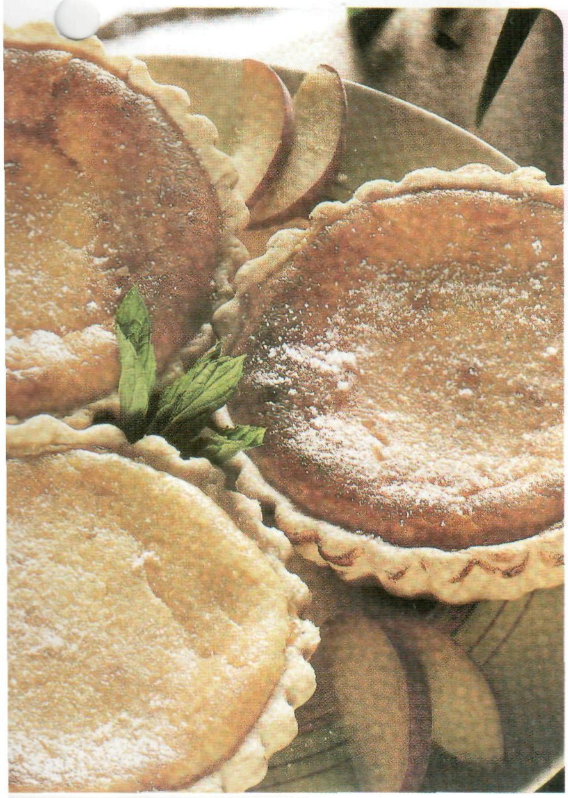
1 Поломайте печенье на кусочки. Выложите ими дно 4 десертных бокалов. Разложите ягоды и полейте апельсиновым соком.

2 Растопите шоколад со сливочным маслом и половиной пудры на слабом огне. Дайте слегка остыть и введите желток. В сухой посуде взбейте белок в стойкую пену. Взбивая, всыпьте оставшуюся пудру.

3 Введите взбитый белок порциями в шоколадную массу, тщательно перемешивая. Полейте полученным соусом клубнику. Охлаждайте 2 ч. Украсьте десерт взбитыми сливками и полосками клубники.

совет мастера Десерт лучше подавать в день приготовления – за ночь печенье сильно раскиснет.

Тарталетки с творогом и нектаринами



ВЫХОД: 8 ШТУК

Время подготовки: 40 мин. + охлаждение
Время приготовления: 30 мин.
Кол-во калорий – 360 в изделии
Жир – 23 г

ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ ТЕСТА:

225 г муки + для посыпки
щепотка соли
115 г нарезанного кубиками охлажденного сливочного масла
1 желток
2 ст. л. холодной воды

ДЛЯ НАЧИНКИ:

2 нектарина или персика
50 г размягченного сливочного масла
50 г сахара
2 желтка (слегка взбить)
225 г творога (протереть через сито)

1 Для теста. Просейте муку с солью в миску. Разотрите с маслом в мелкие крошки. Разотрите желток с водой в пиале и влейте в мучные крошки.

2 Замесите крутое тесто. Оберните пищевой пленкой и охлаждайте 30 мин. Раскатайте в тонкий пласт и выложите тестом 8 формочек диаметром 10 см.

3 Очистите нектарины и удалите косточки. Измельчите мякоть в пюре. Разотрите масло с сахаром. Добавив желтки и творог, тщательно разотрите в однородную массу.

4 Положите в каждую формочку с тестом немного фруктового пюре. Сверху разложите творожный крем и запекайте тарталетки 25–30 мин. до золотисто-коричневого цвета при 210° С. Остудите в выключенном духовом шкафу.

Персики с ванильным кремом

Эффектный многослойный десерт для всех времен года

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 35 мин. + охлаждение
Время приготовления: 10 мин.
Кол-во калорий – 480 в порции
Жир – 28 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

300 мл молока
½ ч. л. ванильной эссенции
3 крупных желтка
1 ст. л. сахара
1 ст. л. крахмала
150 мл жирных сливок
125 г сухого печенья (разломать на кусочки)
1 ст. л. апельсинового сока
400 г консервированных персиков (жидкость слить, плоды крупно нарезать)
жареные пластинки миндаля для украшения

1 Для крема. Разогрейте молоко до кипения. Добавьте ванильную эссенцию. Взбейте в большой емкости желтки с сахаром и крахмалом.

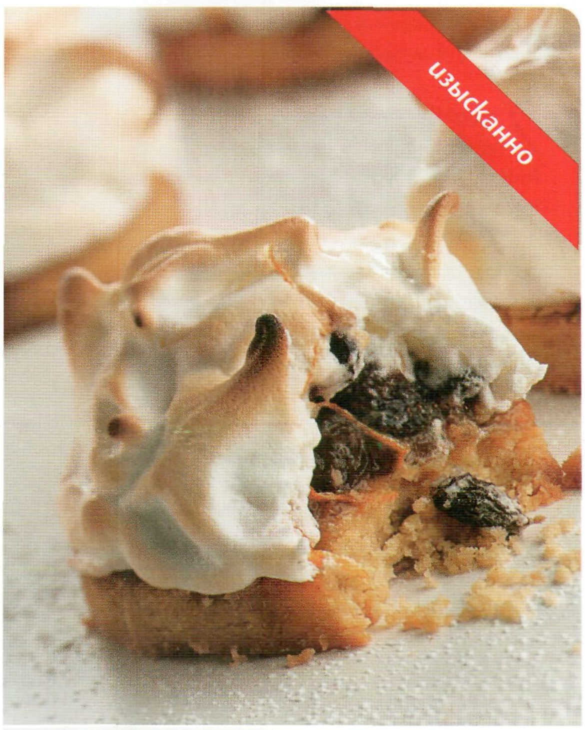
2 Взбивая желтковую смесь, влейте порциями тонкой струйкой молоко. Перелейте полученный крем в чистую кастрюлю. Разогревайте, помешивая, на слабом огне 2–3 мин.: немного загустевший крем должен покрыть деревянную ложку. Остудите крем. Отдельно взбейте сливки.

3 Разложите кусочки печенья по 4 десертным бокалам и полейте апельсиновым соком. Положите нарезанные персики. Аккуратно подмешайте крем во взбитые сливки, разложите на персиках и охлаждайте 1 ч. Украсьте миндалем и подавайте.

Пирожные с сухофруктами под безе

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 30 мин. + расстойка
Время приготовления: 20 мин.
Кол-во калорий – 755 в изделии
Жир – 27 г



ИНГРЕДИЕНТЫ

175 г смеси из изюма, кишмиша и коринки
135 г сахара (при возможности – светло-коричневого)
измельченная на терке цедра ½ апельсина
¼ ч. л. молотой корицы
80 г охлажденного сливочного масла, нарезанного кубиками + для смазывания
125 г муки + для посыпки
2 ст. л. молотого миндаля
щепотка соли
1 яйцо (желток отделить от белка)
нежирные сливки при подаче

ДЛЯ БЕЗЕ:

2 крупных белка
½ ч. л. винного камня
125 г сахара
измельченная на терке цедра ½ апельсина

1 Для начинки. Смешайте в миске сухофрукты, 80 г сахара, апельсиновую цедру и корицу. Накройте и дайте настояться 2–3 ч.

2 Разогрейте духовку до 200° С. Смажьте маслом противень. Смешайте муку с миндалем и солью. Разотрите с маслом в мелкие крошки. Всыпьте оставшийся сахар, отложив 1 ч. л. Слегка разотрите желток и смешайте с крошками. Сформуйте из теста шар.

3 Вымесите тесто на посыпанной мукой рабочей поверхности до эластичности. Оберните пищевой пленкой. Поместите тесто в холодильник на 20 мин. Разделите на 4 части, раскатайте каждую в кружок диаметром 7,5 см. Переложите на противень.

4 Выпекайте 12 мин. – до золотистого цвета. Достаньте из духовки и смажьте взбитым белком. Посыпьте отложенным сахаром. Выпекайте коржики еще 2–3 мин. Дайте остыть. Уменьшите температуру духовки до 180° С.

5 Для безе. Взбейте белки с винным камнем до образования мягких вершинок. Продолжая взбивать, порциями всыпьте сахар: белки должны превратиться в сухую пену. Введите цедру апельсина. Разложите на коржиках сухофрукты, покройте их безе в виде завитков. Выпекайте 5–6 мин. Подавайте теплые пирожные со сливками.



Яблочный пирог с медовым маслом

Рассыпчатый пирог с яблоками и корицей подайте с теплым сладким маслом



НА 6 ПЕРСОН

Время подготовки: 30 мин.
Время приготовления: 25 мин.
Кол-во калорий – 350 в ломтике
Жир – 17 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

225 г муки + для посыпки
1 ст. л. разрыхлителя
1 ч. л. молотой корицы
щепотка молотого мускатного ореха
щепотка соли
40 г размягченного сливочного масла, нарезанного кубиками
55 г сахара (при возможности – светло-коричневого)
2 яблока (очистить кожуру, удалить семенную коробочку, плоды мелко нарезать)
около 150 мл пахты
Вишня для подачи

ДЛЯ МЕДОВОГО МАСЛА:

80 г размягченного сливочного масла
1 ст. л. меда
½ ч. л. молотой корицы

1 Разогрейте духовку до 200° С. Просейте муку с разрыхлителем, корицей, мускатным орехом и солью. Разотрите с маслом в мелкие крошки. Введите сахар, нарезанные яблоки и столько пахты, сколько необходимо, чтобы получилось мягкое тесто.

2 На посыпанной мукой рабочей поверхности раскатайте тесто в пласт толщиной 2,5 см. Обрежьте в виде круга диаметром около 15 см. Разметьте на пироге 6 секторов, не разрезая до конца. Выпекайте 20–25 мин., пока пирог не станет золотистым. Переложите на решетку для остывания.

3 Для масла. Разотрите масло с медом и корицей в однородную массу. Охладите до затвердения.

4 Разрежьте готовый пирог на 6 ломтиков. Подавайте их теплыми с шариками медового масла и вишнями.

...или попробуйте так

Замените медовое масло шоколадно-ореховым соусом. Растопите 80 г шоколада и подмешайте 1 ч. л. меда и пару рубленых грецких орехов.

Яблочная пена с апельсиновым печеньем

НА 4 ПЕРСОНЫ

Время подготовки: 20 мин. + остывание
Время приготовления: 15 мин.
Кол-во калорий – 430 в порции
Жир – 23 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 желтка
50 г сахара
8 ст. л. яблочного сока
измельченный на крупной терке шоколад для украшения

ДЛЯ ПЕЧЕНЬЯ:

50 г размягченного сливочного масла + для смазывания
50 г сахара
1 яйцо
мелкоизмельченная цедра 1 апельсина
50 г муки
¼ ч. л. разрыхлителя
50 г шоколада

1 Для печенья. Разогрейте духовку до 220° С. Смажьте маслом 2 противня. Разотрите масло с сахаром в пышный светлый крем. Взбивая, введите яйцо, цедру, муку и разрыхлитель. У Вас должна получиться однородная густая масса.

2 Выложите тесто на противень в виде овальных печений длиной 7,5 см на расстоянии 5 см друг от друга. Выпекайте до светло-золотистого цвета (5 мин.). Остудите на решетке.

3 Растопите шоколад на горячей водяной бане. Обмакните в него краешки изделий.

4 Для яблочной пены. В большой огнеупорной емкости смешайте желтки, сахар и яблочный сок. Поставьте на водяную баню и взбивайте 8–10 мин. в густой пышный крем. Разлейте еще теплый крем по 4 бокалам. Украсьте тертым шоколадом и сразу же подавайте с готовым печеньем.



Рулет с грецкими орехами

НА 6 ПЕРСОН

Время подготовки: 50 мин. + остывание
Время приготовления: 40 мин.
Кол-во калорий – 610 в ломтике
Жир – 53 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

сливочное масло для смазывания
2 ст. л. муки
щепотка соли
½ ч. л. разрыхлителя
6 крупных яиц (желтки отделить от белков)
100 г сахара
100 г грецких орехов (крупно помолоть)
1–2 ст. л. сахарной пудры + дополнительно
425 мл жирных сливок
8 половинок грецких орехов для украшения

1 Разогрейте духовку до 180° С. Смажьте маслом форму для выпекания размером 23 x 35 см. Выстелите пекарской бумагой и промаслите. Просейте муку с солью и разрыхлителем в миску и отставьте.

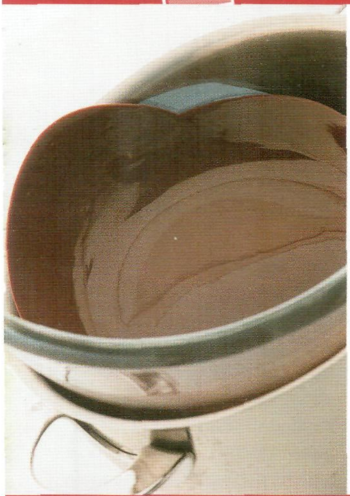
2 Взбейте желтки с сахаром в большой емкости. Поставьте на водяную баню: емкость с кремом не должна касаться воды. Взбивайте до образования густого крема. Снимите с огня и продолжайте взбивать до остывания. Введите молотые грецкие орехи, перемешивая ложкой.

3 Отдельно взбейте белки в плотную, но не сухую пену. Введите в ореховый крем. Всыпьте просеянную муку. Перелейте тесто в форму и разровняйте поверхность. Выпекайте 20–30 мин., пока бисквит не поднимется и не будет пружинить под пальцами.

4 Отрежьте 2 листа жиронепроницаемой бумаги, больше по размеру, чем форма. Положите 1 лист на влажное полотенце и посыпьте 1–2 ст. л. пудры. Переверните на этот лист горячий корж и снимите с него бумагу. Подровняйте края бисквита ножом и накройте вторым листом бумаги. При помощи полотенца сверните корж в рулет. Положите стыком вниз на решетку, накройте полотенцем и оставьте остывать.

5 Незадолго до подачи взбейте сливки в мягкую пену и подсластите по вкусу сахарной пудрой. Осторожно разверните корж и удалите верхний лист бумаги. Намажьте сливками, отложив немного для украшения, и снова сверните в рулет. Переложите на сервировочное блюдо, посыпьте сахарной пудрой, украсьте сливками и половинками орехов.





Как использовать шоколад

Без вкуснейшего искушения для многих – шоколада – невозможно представить кондитерские изделия, десерты, горячие и холодные напитки

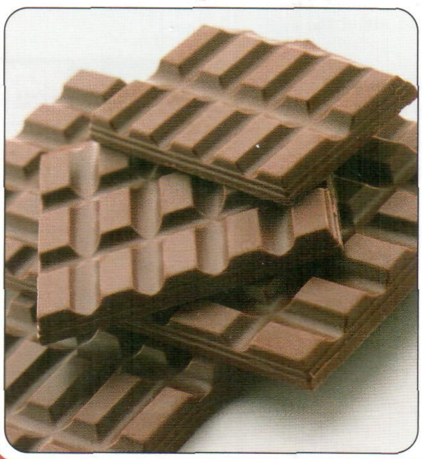
Испанцы, завоевавшие Новый Свет больше пяти столетий назад, первыми из европейцев отведали шоколад. Секретом шоколадного горьковатого напитка под названием «чоколатль» с ними поделились индейцы. Честь знакомства Европы с новым лакомством принадлежит знаменитому конкистадору Кортесу. Как много времени прошло с тех пор, какое множество рецептов с этим удивительным продуктом придумали лучшие кондитеры всех континентов!



Как делают шоколад

Сначала из стручков какао извлекают бобы. Их подсушивают на солнце, затем обжаривают, чтобы треснула оболочка. Из лопнувшей скорлупы вычищают ядрышки и дробят их – так получают какао-масло и густую пасту, именуемую «тертым шоколадом», которая застывает в твердый шоколад. Именно эти два полуфабриката – какао-масло и твердый шоколад – используются в дальнейшем в производстве всех видов готового шоколада.

Как выбирать шоколад



МОЛОЧНЫЙ ШОКОЛАД

В твердую шоколадную основу добавляют «твердое» молоко в виде порошкообразного сухого или конденсированного молока – это придает молочному шоколаду сладость и характерную текстуру. Полуфабрикат часто ароматизируют ванилином. Высококачественные сорта шоколада содержат больше какао, чем дешевые, более того, в производстве первых используют настоящие стручки ванили.

ЧЕРНЫЙ ШОКОЛАД БЕЗ ДОБАВОК

Для растапливания в домашних условиях лучше всего использовать именно этот вид шоколада. Он легче растапливается и обладает более насыщенным вкусом. Бывает различной степени сладости.

КАКАО-ПОРОШОК

Твердый полуфабрикат шоколада дробится и перемалывается в порошок. Обладает сильным, сладковато-горьким вкусом, требует дополнительного подслащивания. Какао-порошок используют не только для приготовления горячего напитка какао с молоком или водой – его добавляют в выпечку и десерты. Обычно какао добавляют перед термической обработкой, однако для посыпки десертов и выпечки его используют в сыром виде.



Как растапливать шоколад

Эта техника потребует внимания и соблюдения несложных, но важных правил

1 Порубите или поломайте шоколад на одинаковые кусочки. Положите в огнеупорную емкость и поставьте на кастрюлю с горячей, но не кипящей водой. Дно чаши с шоколадом не должно касаться воды, иначе шоколадная масса перегреется.

2 В процессе растапливания шоколад желательно не перемешивать. По окончании растапливания снимите емкость с водяной бани и сразу тщательно перемешайте – масса должна заблестеть.

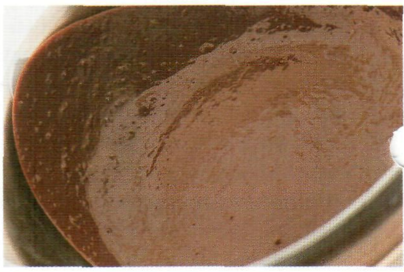
3 Если шоколад начнет твердеть в процессе размешивания, вновь поставьте емкость на водяную баню. Огонь не должен быть сильным, иначе шоколадная масса станет горело-горькой.



совет мастера

Прижог

Если шоколад перегревается либо в него попадает вода, он начинает загустевать и превращаться в крупинки – этот эффект у кондитеров называется «прижогом». Иногда подгоревший шоколад можно попробовать спасти, разогрев его с 1 ч. л. теплого растительного масла.







Шоколадный ганаж

Ганаж – густая масса, которую используют для украшения пирогов и для приготовления начинки для безе и пирожных. В жидком виде ганаж подают как соус. Последний часто ароматизируют цедрой апельсина.

ДЛЯ НАЧИНКИ И УКРАШЕНИЯ ВЫСОКОГО ПИРОГА ДИАМЕТРОМ 23 СМ

Время подготовки: 5 мин.
Время приготовления: 10 мин.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- **600 г шоколада (разломать на кусочки)**
- **550 мл жирных сливок**

1 Положите разломанный шоколад в большую огнеупорную емкость.

2 Влейте сливки в небольшую кастрюльку и доведите до кипения. Немедленно залейте горячими сливками шоколад. Дайте постоять 5 мин., чтобы он полностью растопился.

3 Размешайте шоколад со сливками в однородную массу. Главное – не перестараться, иначе ганаж станет слишком густым. По мере остывания масса будет густеть и застыва...

4 Растирайте остывший ганаж еще 1–2 мин. – так он станет гуще и светлее.

совет мастера

Если ганаж успел затвердеть, осторожно разогрейте его на водяной бане.

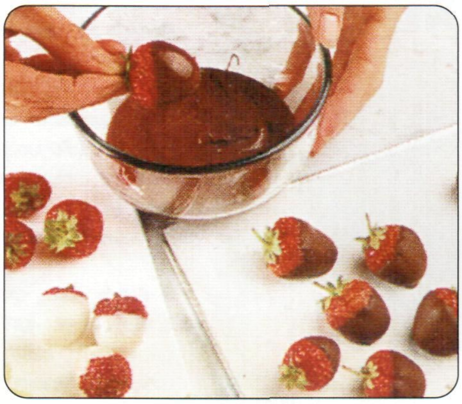
Украшения из шоколада

Шоколадом украшают пироги, торты, десерты и печенье. Поэкспериментируйте с различными техниками и приемами, которые используют кондитеры экстра-класса.



Шоколадные завитки

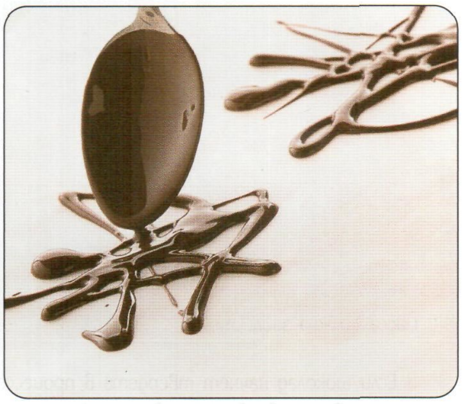
1 Растопите шоколад и намажьте толстым слоем на холодную твердую поверхность. Как только шоколад застынет и не будет липким на ощупь, из него можно делать украшения. Держа лопатку или широкое лезвие ножа немного под углом, проведите по поверхности шоколада так, чтобы полоска шоколада свернулась в виде завитка. При необходимости немного потренируйтесь, чтобы определить правильный угол наклона ножа.



Фрукты и ягоды в шоколаде

1 Обмакните кончики свежих плодов, например: клубнику, вишню, ягоды винограда и дольки апельсинов, в растопленный шоколад. Фрукты и ягоды должны быть сухими, иначе шоколад не прилипнет. Подержите плоды над чашей несколько секунд, пока шоколад не начнет твердеть.

2 Разложите на противне, выстеленном пекарской бумагой, и оставьте до застывания.



Фигурки

1 Наберите чайной ложкой растопленный шоколад. Налейте его тонкой струйкой на лист пекарской бумаги в виде произвольных фигурок.

2 Дайте застыть и осторожно снимите с бумаги. Фигурки эффектно смотрятся на мороженом и мягких сливочных десертах.

Шоколадные формочки

В тарталетках, смазанных растопленным шоколадом, или шоколадных коробочках подают мороженое, сорбе, муссы и фрукты.

1 Испеченные тарталетки можно сделать еще вкуснее, смазав их растопленным шоколадом изнутри. Это к тому же поможет предотвратить размокание теста. Маленькой кисточкой намажьте растопленный шоколад тонким слоем на внутреннюю часть тарталеток.

2 Оставьте до застывания. Повторите дважды, давая каждому слою шоколада хорошо застыть.



...или попробуйте так

Шоколадные коробочки

- Выстелите противень пекарской бумагой. Налейте растопленный шоколад, намажьте его ровным слоем толщиной 3 мм. Оставьте до застывания. Вырежьте из картона 5 одинаковых квадратиков.
- Когда шоколад полностью затвердеет, острым подогретым лезвием вырежьте квадратики по картонному шаблону. Соберите из 5 квадратиков коробочку, смазывая стыки растопленным шоколадом.





Шоколадные трюфели

ВЫХОД: 24 ШТУКИ

Время подготовки: 15 мин.
Время приготовления: 5 мин.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- **210 мл жирных сливок**
- **25 г сливочного масла**
- **500 г шоколада (разломать на кусочки)**
- **какао-порошок для посыпки**

1 Разогрейте сливки с маслом до кипения. Снимите с огня и положите шоколад. Размешивайте, пока шоколад не растопится. Перелейте в чашу и дайте остыть.

2 При помощи чайной ложки скатайте из шоколадной массы аккуратные шарики размером с грецкий орех.

3 Насыпьте на тарелку какао-порошок. Обкатайте в нем шарики. Разложите их на тарелке и дайте застыть. Храните трюфели в холодильнике до подачи.

совет мастера Готовые трюфели (без посыпки какао) можно хранить в холодильнике в герметичном контейнере до 2 недель.

Изысканный шоколадный торт

НА 10–12 ПЕРСОН

Время подготовки: 25 мин. + приготовление ганажа
Время приготовления: 1 ч 30 мин. + остывание

ИНГРЕДИЕНТЫ

- **250 г сливочного масла, нарезанного кубиками + для смазывания**
- **400 г шоколада (разломать на кусочки)**
- **6 яиц (желтки отделить от белков)**
- **250 г сахара (темно-коричневого, при наличии)**
- **100 мл воды**
- **1 ч. л. ванильной эссенции**
- **150 г муки (просеять)**
- **100 г молотого миндаля**
- **1 порция ганажа (см. «ИСКУСНЫЙ ПОВАР» 86)**

1 Разогрейте духовку до 170° С. Смажьте маслом и выстелите бумагой форму для торта диаметром 23 см. Растопите шоколад с маслом в огнеупорной емкости на водяной бане. Размешайте в однородную массу.

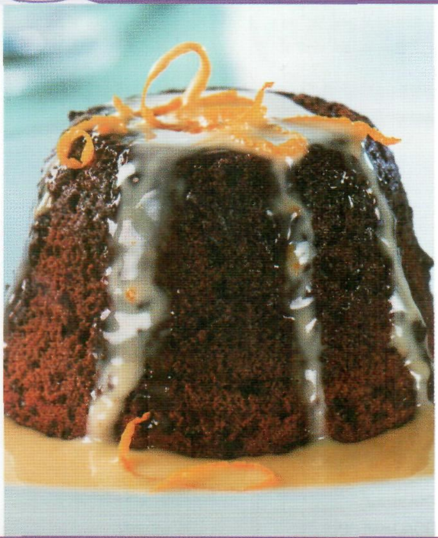
2 Взбейте желтки с сахаром в густой крем. Взбивая, введите воду, ванильную эссенцию и растопленный шоколад. Осторожно введите в массу просеянную муку и миндаль. Отдельно взбейте белки. Введите в шоколадное тесто, добавляя каждый раз треть порции и тщательно вымешивая массу.

3 Перелейте тесто в подготовленную форму и выпекайте $1^1/_4$ – $1^1/_2$ ч, пока бисквит не станет плотным на ощупь в центре. Остужайте 10 мин. в форме, затем переверните на решетку и дайте полностью остыть.

4 Разрежьте остывший бисквит по горизонтали на 3 коржа. Намажьте коржи половиной ганажа, положите их друг на друга. Оставшейся сладкой массой обмажьте торт со всех сторон.

совет мастера Летом торт можно сделать ярким и красивым, украсив незадолго до подачи 10–12 одинаковыми по размеру ягодками клубники в шоколаде.





Обед для зимнего дня

Когда на улице стужа, так приятно собраться с друзьями за столом, на котором красуются вкусные домашние кушанья!

НА 6 ПЕРСОН

ЗАКУСКИ

Суп из фасоли по-ближневосточному
Сытный суп с минимальным набором специй

Мини-пироги с грибами
Традиционная начинка в неожиданном исполнении

*

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Тушеная свинина с яблоками
Сливочный соус идеально дополняет свинину в беконе

Морковь с зеленью
Сочную морковку тушат с чесноком, петрушкой и розмарином

Шпинатное пюре
Новая интерпретация картофельного пюре

*

ДЕСЕРТЫ

Шоколадные суфле
Всеми любимый шоколад с апельсиновым соусом



ПЛАНИРУЕМ ВРЕМЯ



1 С чего начинать
Зима – идеальное время для долгих дружеских и семейных посиделок с вкусным щедрым угощеньем. Готовьте для застолий блюда из сезонных продуктов – это не только полезно и вкусно, но и экономически выгодно.

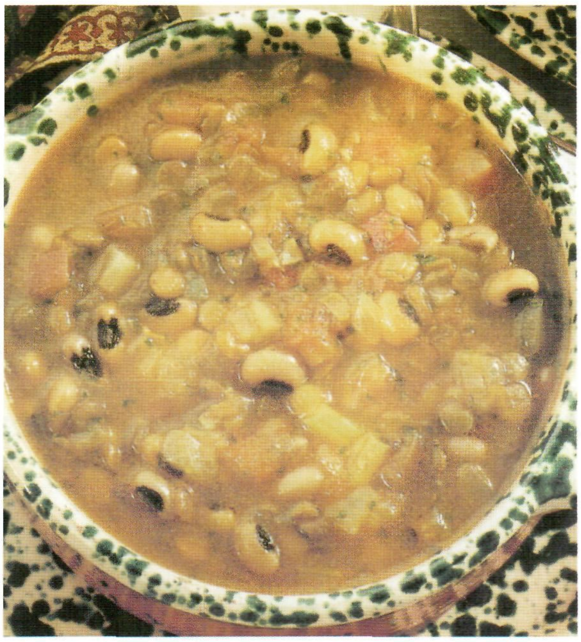
2 За день до застолья...
Сварите суп, не добавляя пряности и лимонный сок. Остудите, накройте и поставьте в холодильник. Подготовьте тесто для мини-пирогов и поместите в холодильник. Приготовьте суфле.

3 В день подачи...
Приготовьте пироги с грибами. Очистите картофель и вымойте шпинат. Приготовьте мясо и держите в тепле, как и тушеную морковь. Испеките мини-пироги.

4 Непосредственно перед подачей...
Разогрейте суп, добавьте пряности и лимонный сок. Разложите пироги с грибами по тарелкам и украсьте. Завершите мясное блюдо. Попробуйте, достаточно ли приправлена морковь, разомните картофель со шпинатом в пюре, добавив масло и мускатный орех. Разложите по тарелкам. Приготовьте апельсиновый соус для десерта и держите в тепле, пока разогреваются суфле. Полейте их соусом и украсьте цедрой.

Суп из фасоли по-ближневосточному

Согревающее кушанье порадует не только насыщенным вкусом, но и сохраненными полезными веществами



Время подготовки:
15 мин. + замачивание на ночь
Время приготовления: 2 ч 15 мин.
Кол-во калорий – 160 в порции
Жир – 5 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 100 г сухой фасоли «черноглазка» или белой фасоли
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 крупная рубленая луковица
- 2 нарезанных черешка сельдерея
- 8 помидоров (очистить и нарезать)
- 100 г чечевицы (при возможности – зеленой)
- 600 мл куриного бульона
- 1,2 л воды
- ½ ч. л. куркумы (при наличии)
- ½ ч. л. корицы
- сок ½ лимона
- 2 ст. л. свежей рубленой или 2 ч. л. сушеной петрушки

1 Замочите фасоль в воде на ночь. Промойте бобовые холодной водой. Опустите фасоль в большую кастрюлю с водой. Варите 45 мин. Откиньте фасоль на дуршлаг и отставьте.

2 Обжарьте на масле лук с сельдереем (3 мин.). Добавьте помидоры и жарьте еще 3 мин. Положите фасоль, чечевицу, влейте бульон и воду. Варите 1 ч, пока все ингредиенты не станут мягкими.

3 Введите в суп куркуму, корицу, лимонный сок и петрушку. Приправьте по вкусу солью и перцем. Варите суп еще 5 мин. и подавайте.

совет мастера Старайтесь покупать свежие бобовые, так как старые варятся очень долго.

Мини-пироги с грибами

Используйте для выпечки изделий любые грибы

Время подготовки: 30 мин. + охлаждение
Время приготовления: 45 мин.
Кол-во калорий – 765 в порции
Жир – 49 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 4 картофелины (нарезать кубиками по 1 см)
- 1½ ст. л. растительного масла
- 2 рубленые луковицы
- 2 истолченных зубка чеснока
- 350 г шампиньонов (нарезать)
- 3 ст. л. свежей рубленой или 1 ст. л. сушеной петрушки
- 6 яиц + 1 взбитое яйцо для смазывания
- листья салата в заправке для подачи

ДЛЯ ТЕСТА:

- 425 г муки + для посыпки
- щепотка соли
- 250 г охлажденного сливочного масла, нарезанного кубиками
- 2 ст. л. свежего рубленого или 2 ч. л. сушеного тимьяна
- 3 желтка
- 2½ ст. л. холодной воды



1 Для теста. Просейте муку с солью и разотрите с маслом в мелкие крошки. Добавьте тимьян, желтки и холодную воду. Быстро вымесите массу в однородное тесто. Оберните пищевой пленкой и поместите в холодильник на 15 мин.

2 Разогрейте духовку до 200° С. Отварите картофель в подсоленном кипятке (5 мин.). Слейте воду.

3 Разогрейте растительное масло в сотейнике, обжарьте лук (5 мин.). Добавьте чеснок, грибы и петрушку. Жарьте еще 1 мин. и положите отварной картофель.

4 Отложите треть теста. Оставшееся тесто разделите на 6 частей и раскатайте в кружки. Выстелите ими формочки для тарталеток диаметром 10 см. Разложите на тесте грибную начинку. Сделайте в центре углубление и разбейте по 1 яйцу.

5 Разделите отложенную часть теста на 6 порций. Раскатайте в кружки, накройте начинку и защипайте края. Смажьте яйцом и выпекайте 30 мин. до золотистого теста. Подавайте с салатом.

Тушеная свинина с яблоками

Нежное мясо с хрустящим лучком во фруктово-сливочном соусе

Время подготовки: 30 мин.
Время приготовления: 1 ч
Кол-во калорий – 620 в порции
Жир – 43 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

700 г свиной вырезки (подготовить)
соль и черный перец
5 ст. л. растительного масла
150 г нарезанной тончайшими ломтиками ветчины (нарезать широкими полосками)
50 г сливочного масла
85 г грибов (нарезать пластинками)
6 зубков чеснока
12 мелких луковок
2 лавровых листа
600 мл яблочного сока
300 мл куриного бульона
3 яблока (удалить семенную коробочку и нарезать плод дольками)
25 г сахара (при возможности – светло-коричневого)
200 мл жирных сливок

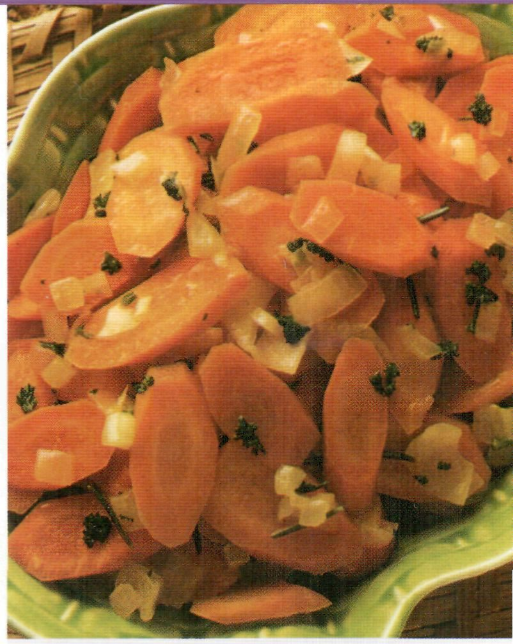
1 Нарежьте мясо толстыми ломтиками. Приправьте. Разогрейте 2 ст. л. растительного масла на большой сковороде. Обжарьте мясо порциями – по 1 мин. с обеих сторон до румяной корочки. Снимите с огня и дайте остыть. Оберните каждый ломтик свинины полоской ветчины.

2 Добавьте на сковороду 2 ст. л. растительного и 25 г сливочного масла. Обжарьте мясо в ветчине партиями по 2 мин. с обеих сторон, пока свинина не станет мягкой, а ветчина – хрустящей. Выложите из сковороды. Положите грибы и чеснок, жарьте 3–4 мин. и выложите шумовкой.

3 Нагрейте оставшееся растительное масло и обжарьте, перемешивая, луковки (5 мин.). Положите лавровые листья, влейте яблочный сок и бульон. Доведите до кипения, уменьшите огонь и варите 20 мин., пока жидкость не уварится на две трети, а луковки не станут мягкими.

4 В чистой кастрюле растопите оставшееся сливочное масло, положите дольки яблок, посыпьте сахаром. Тушите 4–5 мин., осторожно переворачивая. Положите свинину с грибами и яблоками в кастрюлю с луком в соусе. Подмешайте сливки и тушите 10 мин. Приправьте по вкусу. Удалите лавровые листья, разложите мясо в соусе по тарелкам и подавайте.





Морковь с зеленью

Время подготовки: 10 мин.
Время приготовления: 25 мин.
Кол-во калорий – 55 в порции
Жир – 4 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

6 крупных морковок
25 г сливочного масла
2 ст. л. куриного бульона
1 мелкорубленый зубок чеснока
1 мелкорубленая луковица
1 ст. л. свежей рубленой или 1 ч. л. сушеной петрушки
1 ст. л. свежего рубленого или 1 ч. л. сушеного розмарина

1 Нарежьте морковь тонкими кружочками наискосок. Растопите сливочное масло в толстодонной кастрюльке. Влейте бульон, положите морковь с чесноком, луком и зеленью. Приправьте по вкусу солью и перцем.

2 Тушите под крышкой на слабом огне 15–20 мин., пока морковь не станет мягкой. Перед подачей попробуйте, достаточно ли приправлено кушанье. Переложите морковь вместе с масляными соками на подогретое блюдо.

совет мастера Для этого гарнира лучше взять молодую морковь среднего размера. Чистить корнеплоды не обязательно – достаточно хорошо их потереть щеточкой под проточной водой.



Шпинатное пюре

Шпинат и мускатный орех – новые приятели старого знакомца картофеля

Время подготовки: 10 мин.
Время приготовления: 25 мин.
Кол-во калорий – 145 в порции
Жир – 7 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

6 картофелин
225 г шпината
50 г сливочного масла
щепотка мускатного ореха

1 Нарежьте картофель аккуратными кусочками. Опустите в кастрюлю с холодной водой и доведите до кипения. Варите 20 мин. – до готовности. Слейте воду и поставьте на огонь на 1 мин. Разотрите картофель в однородное пюре.

2 Положите шпинат в кастрюлю, влейте немного воды. Варите под крышкой 2–3 мин., чтобы шпинат стал мягким. Слейте жидкость. Добавьте к размятому картофелю вместе со сливочным маслом и мускатным орехом. Приправьте по вкусу солью и перцем.

…или попробуйте так

Отварите 900 г филе лосося, разломайте вилкой на кусочки. Подмешайте в картофельное пюре вместе с соком 1 лимона и 4 ст. л. майонеза. Приправьте по вкусу и хорошо перемешайте. Сформуйте из полученной массы 6–8 котлеток, полейте 2 ст. л. растительного масла и запекайте при 200° С 25 мин. – до золотистого цвета. Подавайте с зеленым салатом.

Элегантные шоколадные суфле

Оригинальный рецепт любимых лакомств

Время подготовки: 50 мин.
Время приготовления: 35 мин.
Кол-во калорий – 675 в изделии
Жир – 53 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

40 г растопленного сливочного масла
80 г измельченного на терке шоколада кипяток
300 мл жирных сливок
цедра 1 апельсина (нарезать тонкими полосками)

ДЛЯ СУФЛЕ:

80 г сливочного масла
55 г муки
25 г какао-порошка
300 мл молока
4 желтка
55 г рубленого шоколада
8 белков
80 г сахара

1 Разогрейте духовку до 200° С. Смажьте растопленным маслом 6 больших чашек. Поставьте в морозилку на несколько минут, чтобы масло застыло. Смажьте вторым слоем масла, посыпьте тертым шоколадом. Прокрутите чашки, чтобы шоколад равномерно распределился по стенкам чашек. Стряхните излишки.

2 Для суфле. Растопите сливочное масло в кастрюльке, спассеруйте, тщательно размешивая, муку и какао-порошок, чтобы образовалась густая паста. Влейте тонкой струйкой молоко и варите соус 5 мин., постоянно размешивая, чтобы получилась однородная масса. Взбивая, введите желтки. Постоянно размешивая, варите соус еще 1 мин. Снимите с огня, взбивая, введите шоколад. Остудите.

3 Взбейте белки в чистой сухой посуде в стойкую пену. Порциями, взбивая, всыпьте сахар. Добавьте треть в шоколадную массу и тщательно размешайте. Металлической ложкой перемешайте шоколадную основу с оставшимися белками.

4 Разложите массу по подготовленным чашам и поставьте в глубокий противень. Влейте в него кипяток: жидкость должна дойти до середины чашек. Запекайте 15–18 мин., пока суфле не станут плотными на ощупь. Пройдитесь ножом по краям емкости с суфле. Переверните изделия на противень и дайте остыть. Накройте и поставьте в холодильник, если суфле не будут подаваться в ближайшие часы.

5 При необходимости разогревайте духовку до 200° С. Для соуса. Влейте сливки в кастрюльку, положите цедру. Доведите до кипения. Разогрейте суфле на противне в духовке (5–6 мин.). Подавайте с апельсиновым соусом, украсив десерт оставшейся цедрой.

совет мастера

Белки необходимо взбивать в обезжиренной посуде, поэтому перед началом работы протрите ее внутренние стенки лимонной долькой.

